



令和2年10月1日

ほけんだより 10月

みなみひの保育園



日の入りが早くなり、虫の声が聞こえて少しずつ秋の気配の訪れを感じることができますね。楽しみだった運動会も終わり、幼児クラスの保護者の方にはお子さまの成長も感じる事ができたのではないのでしょうか。



10月10日は 目の愛護デー



子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳ごろにほぼ完成すると言われています。その後に視力が低下するのは幼いころの姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。

こんな見方は危険信号！

- ・テレビや絵本に近づいてみる。
- ・明るい戸外でまぶしがる。
- ・目を細めてみる
- ・上目遣いに物を見る。
- ・目つきが悪い、目が寄っている。
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたいする。

かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。今年は新型コロナウイルスのこともありよけいに心配になりますね。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい？

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

Q 受けるとインフルエンザにかからないの？

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

Q 予防接種の効果が続く期間は？

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後半年くらいは持続します。

Q 接種の方法は？

A 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後、2～4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しましょう。

Q いつごろ受けたほうがよいの？

A 最も患者数が増えるのは1月～2月ですが、流行は12月ごろから始まります。それまでに免疫をつけておきたいので、1回目は10月後半ごろ、2回目は2～4週間後に接種しましょう。

お知らせ

10/8(木)に秋の内科健診があります。9時までの登園をお願いいたします。

鼻水が長引くのは 病気のサイン!?

鼻は呼吸や病気の予防に役割を果たす大切な気管。気になる症状があったら、耳鼻科を受診しましょう！

かぜをひいていないのに、しょっちゅう鼻が詰まったり、鼻水が出たりしている

→アレルギー性鼻炎や副鼻腔炎などの疑い

鼻詰まりがあり、しきりに耳を触る



→急性中耳炎の疑い

いつも目やにや鼻水が出ている



→鼻涙管閉塞やくらぶ膜炎の疑い